

A CONSULTA PSICOLÓGICA EM CONTEXTO UNIVERSITÁRIO: PONTO DE ENCONTRO ENTRE A DOCÊNCIA E A PRÁTICA CLÍNICA¹

Ângela Costa Maia & Eugénia Fernandes

Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho, Portugal

Resumo — *A existência de Serviços de Consulta Psicológica em contexto universitário tem em Portugal uma história recente. Actualmente é já reconhecido pelos responsáveis dos ensinos Superior Universitário e Politécnico, quer público quer privado, que muito dos seus alunos encontrarão ao longo da vida Universitária desafios de ordem pessoal ou institucional para os quais não estão preparados. Deste reconhecimento surgiu um progressivo aumento de unidades de atendimento aos alunos com os mais variados enquadramentos institucionais, que actualmente são já cerca de 23. Este trabalho dá conta da reflexão das autoras enquanto terapeutas num serviço de consulta em contexto universitário e docentes universitárias responsáveis por disciplinas na área da intervenção psicológica. Assumimos o desafio de fazer esta reflexão acreditando que os pontos de encontro podem ser igualmente pontos de partida, espaços a partir dos quais nos observamos, nos questionamos, mas também nos projectamos.*

PALAVRAS-CHAVE: Consulta psicológica; Serviço de consulta em universidade; Formação de psicoterapeutas

KEY WORDS: Psychotherapy; University services of psychotherapy; Psychotherapeutic education

INTRODUÇÃO

A experiência de exercer a actividade de psicólogas/psicoterapeutas num serviço de consulta psicológica dentro da universidade, a par da experiência de ser docente numa licenciatura em psicologia, em disciplinas que procuram fazer uma formação inicial em métodos de intervenção psicoterapêuticos, e a responsabilidade a nível da formação avançada de supervisão de estágios em contextos clínicos, levou-nos a olhar o modo como uma prática de psicoterapia se concilia com a prática docente, e como estas práticas se encontram e desencontram. Esta reflexão faz-nos ver as vantagens da sua intersecção, mas também a

Toda a correspondência relativa a este artigo deverá ser enviada para: Ângela Costa Maia, Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho, Campus de Gualtar, 4710-057 Braga, Portugal. Telef.: (253) 604241; Fax: (253) 678987; E-mail: angelam@iep.uminho.pt

necessidade de definir limites que ajudem a delinear o âmbito de cada uma. Abordamos, por isso, os pontos de encontro de ambas as práticas, os perigos desse encontro, os problemas do desencontro, e alguns possíveis pontos de partida.

As questões que aqui colocamos surgiram a partir desta oportunidade de pensar as nossas actividades e experiências, atendendo às implicações pessoais, éticas e profissionais que decorrem da acumulação dos dois papéis.

OS SERVIÇOS DE CONSULTA E O EXERCÍCIO DE PSICOTERAPIA ENQUANTO ESPAÇO DE FORMAÇÃO

Os Serviços de Consulta em contexto universitário são espaços privilegiados do desenvolvimento do saber fazer, na medida em que permitem a aplicação de todo um conhecimento previamente adquirido e o desenvolvimento de formas de conhecimento baseadas na experiência prática.

Um dos objectivos que está presente em muitos dos Serviço de Consulta quando estes contextos estão ligados às licenciaturas em Psicologia é a oferta de um espaço de formação quer para os seus docentes, quer para os seus alunos. Por exemplo, na Unidade de Clínica de Adultos do Serviço de Consulta Psicológica e Desenvolvimento Humano da Universidade do Minho, onde nos integramos, esta formação semanal concretiza-se na oferta de módulos de apresentação e discussão sobre várias temáticas, mas igualmente na discussão de casos clínicos e na existência de supervisão individual para todos os terapeutas.

Assim, um serviço organizado nesta forma constitui um espaço de formação dos docentes que têm a seu cargo disciplinas ou actividades ligadas à intervenção psicológica.

É neste contexto que colocamos a primeira questão que nos suscita reflexão: Que levaremos nós connosco quando passamos da psicoterapia para a docência, isto é, que contributos de formação podem enriquecer as actividades lectivas?

A nossa experiência leva-nos a acreditar que a prática da psicoterapia com estudantes universitários pode funcionar como um suporte importante para a docência de disciplinas cujos *currícula* abarcam questões como avaliação e conceptualização, diagnóstico, psicopatologia, modelos e técnicas de intervenção psicológica e relação psicoterapêutica, para além da supervisão de estágios.

Este suporte decorre a dois níveis: o primeiro nível que identificamos refere-se à prática clínica como fonte para a permanente disponibilidade de uma “base de dados” com exemplos ilustrativos da aplicação de estratégias ou técnicas específicas. Os exemplos a que podemos recorrer a partir da nossa prática podem ilustrar quer a aplicação com sucesso de uma determinada técnica, quer o modo como em outras vezes se revela limitada, sendo ambos os casos igualmente pertinentes para a aprendizagem. Se o exemplo da aplicação com sucesso de determinadas estratégias ou técnicas em clientes que partilham algumas características com os alunos, se pode tornar altamente relevantes para eles, o recurso a esta mesma base de dados

com casos em que o sucesso não correspondeu às expectativas, ou em que o sucesso esperado não foi atingido pelo recurso a determinada técnica, permite alertar os mesmos alunos para a necessidade de relativizar a aplicação de uma estratégia, ajudando-os a compreender que uma técnica em si não garante necessariamente uma mudança no sentido desejado, e a aceitar a necessidade contínua de atender a uma dinâmica que envolve questões específicas àquele cliente, naquele momento de terapia, naquele contexto, com aquele terapeuta.

Neste último caso o tipo de conhecimento que se transmite permite colmatar a rigidez do conhecimento livresco muitas vezes excessivamente certo de que um objectivo terapêutico é função directa de uma intervenção precisa, tanto mais que todos sabemos como quer os manuais, quer as comunicações dos encontros científicos são omissos em relação às situações de incerteza, dúvida ou mesmo insucesso.

A utilização de referências a casos concretos exige cuidados éticos específicos de modo a respeitar o princípio da confidencialidade e assim assegurar que a informação transmitida não permite a identificação dos casos. Mas não é só a nível da informação transmitida que se deve ser cuidadoso. Os princípios éticos que regem a actividade dos terapeutas explicitam, no seu Princípio da Integridade, que “Os psicólogos promovem a integridade na ciência, ensino, e prática da psicologia. Nestas actividades os psicólogos são honestos, justos, e mantêm o respeito pelos outros” (APPORT, 1995, p. 5). Este princípio sublinha que fora do contexto de terapia o psicólogo continua obrigado a agir de acordo com a ética, modelando atitudes que promovam o desenvolvimento de “saber ser” e “saber estar” entre os seus alunos.

Temos consciência que os caminhos a escolher na prática docente devem ter em consideração o estágio de formação dos nossos alunos, de modo a que possam promover o seu desenvolvimento pelo desafio, minorando o risco. Se nos níveis mais básicos é muito mais seguro seguir mais de perto os manuais, transmitindo informação que de um modo mais ou menos neutro permita aos alunos ter um conhecimento exacto e seguro de “como se faz”, em níveis mais avançados da formação, a partilha e discussão dos limites dos modelos abstractos é um risco que assumimos. O desenvolvimento de um sentido de confiança, autonomia e consciência de uma identidade profissional beneficia de uma primeira fase de uma maior estrutura normativa orientada por um ensino de suporte. Numa fase de maior desenvolvimento e diferenciação profissional torna-se possível e desejável uma atitude de desafio por parte do docente, estimulando a crítica e a adopção de atitudes diferenciadas por parte dos alunos. Esta forma de relacionamento docente/discente, mais colaborativa e dialógica exige, da parte do aluno, uma consolidação do percurso de desenvolvimento de identidade profissional (Stoltenberg, 1981). Na verdade este questionamento enquanto docentes na licenciatura em psicologia em áreas directamente relacionadas com a clínica, decorre da constatação de que quanta mais experiência temos como psicoterapeutas, menos acreditamos nas receitas certas dos manuais. A capacidade de identificar a especificidade de cada situação tem sido considerado uma das características inerentes a um nível de “*expertise*” quer em psicoterapia quer em outros domínios, mas também temos constatado que ao construir e des-construir continuamente um determinado modelo de intervenção, corremos o risco de criar nos alunos

uma excessiva insegurança, ou um relativismo perturbador para quem, por estar em formação, precisa de ter pelo menos algumas certezas para poder fazer algumas escolhas.

Estas questões colocam-se-nos ainda com mais pertinência quando a nossa actividade de docência exige a abordagem de domínios que se relacionam com a evolução e dinâmica do processo de terapia, ou as questões que se prendem com a relação terapêutica. Cremos mesmo que estas áreas são ainda mais profundamente do domínio do vivido, menos manualizadas e, portanto, a nossa docência ainda mais influenciada pela nossa prática. Consideramos este o segundo nível de influência da nossa actividade como terapeutas sobre a actividade de docência. E se é extremamente enriquecedora a possibilidade de recorrer à nossa própria experiência para abordar questões tão subtis como o estabelecimento da relação e aliança terapêutica, os momentos de *insigth*, progresso, impasse ou sucesso; esta partilha da nossa prática como terapeutas deve ser ponderada quando o contexto é a docência.

E como abordar na formação inicial ou avançada de psicólogos os momentos que também fazem parte da psicoterapia em que o terapeuta se sente invadido pela vulnerabilidade, pela indecisão, pela dúvida? Ou será que o psicoterapeuta tem de ser um super herói (pelo menos até aos primeiros confrontos com a realidade do espaço terapêutico)? Se o testemunho dos sucessos e dos limites da prática de determinadas estratégias em psicoterapia flexibiliza o conhecimento teórico e abstracto, por ser produto de um processo vivido e necessariamente ajustado às circunstâncias do cliente e do contexto psicoterapêutico, a partilha de que fazem parte das vivências mais dolorosas do psicoterapeuta, as hesitações, os erros, ou as fragilidades, implica a perspectiva de que o processo de psicoterapia é um acto do crescimento do cliente mas também do psicoterapeuta, sendo cada sessão, cada relação, cada momento, únicos a que o terapeuta tem de se adaptar no sentido de melhor exercer o seu papel. Nós terapeutas sabemos que muitos destes momentos são ocasião de conflito interno, de ambiguidade, de indecisão, momentos que põem em causa o nosso self de super-herói, e que nos aproximam do cliente mesmo que ele não perceba.

Aquela pessoa segura, estável, forte e sabedora deixa de estar presente, ainda que por uns momentos. Como é importante percebermos e ensinarmos que de facto os psicoterapeutas são humanos, sensíveis, vulneráveis, e que as dimensões da pessoa do psicoterapeuta são umas das variáveis que mais contribui para explicar a variância da eficácia da psicoterapia (cf. Mahoney, 1991).

Assim, se a desmistificação do papel de herói é importante para o estudante e formando de psicoterapia, a investigação mostra que se deve salientar o contributo das suas características enquanto pessoa para o resultado do processo terapêutico. Reconhecemos, no entanto, que a abordagem desta problemática pode ser muito complexa quando sabemos que entre os nossos alunos estão clientes de psicoterapia, para quem é de extrema importância confiar na segurança e saber do psicoterapeuta.

Para além das questões éticas de confidencialidade, e dos cuidados que é necessário ter de modo a que nenhum exemplo possa ser identificado, este é um dos exemplos de conflito que se nos colocam quando na sala de aula e no papel de professor falamos do outro papel, o

de psicoterapeuta, tendo consciência que esta duplicidade de papéis também ocorre em alguns alunos que são igualmente clientes. Há, assim, um possível efeito perturbador que não pode ser escamoteado. Se é sabido que o ensino de psicopatologia pode, por si, despoletar no aluno a consciência de problemáticas mais ou menos adormecidas, o confronto com informação mais ou menos racional relativa a um processo que está a ser experienciado e que é em si já bastante complexo, pode ter repercussões imediatas nos processos terapêuticos em que os alunos estão envolvidos.

Em suma, estamos conscientes que sem a prática de psicoterapia seríamos incapazes de fornecer uma formação aprofundada e coerente na área de intervenção psicológica, mas não estamos certas de que todos os efeitos que o cruzamento das duas práticas produz sejam inócuos e, por isso, defendemos o seguimento rigoroso dos princípios éticos que regulam quer a prática da psicologia, quer a prática docente.

Mas a necessidade de pensar os limites surge também a outros níveis: O que fazer quando no contexto da docência o nosso olho clínico se abre e não pode deixar de ver que aquele nosso aluno precisa de apoio psicológico (muitas vezes urgente)? Ou quando a história que se ouve no fim da aula, no corredor, ou no gabinete nos recorda histórias ouvidas no serviço de consulta? Ou quando um aluno nos faz um pedido, ainda que subtil, de ajuda? Ou quando um aluno nos questiona sobre aquilo que está a viver/sentir, e pergunta se é grave, se devia inscrever-se no serviço? Ou quando o pedido de ajuda é explícito, com o desejo que sejamos nós os terapeutas?

A clareza dos limites dos papéis deve ser muito bem estabelecido para que a colaboração de um docente num Serviço de Consulta da sua própria Universidade seja de facto um espaço de formação e mais valia na actividade docente, e não num espaço ambíguo em que as regras éticas da prática clínica estão continuamente a ser postas em causa com todos os danos que isso pode implicar, e a ser fonte de stress para os profissionais que continuamente se confrontam com dilemas complexos.

A DOCÊNCIA ENQUANTO ESPAÇO DE ENRIQUECIMENTO DO PSICOTERAPEUTA

Neste ponto deste trabalho debruçamo-nos sobre algumas questões que se prendem com a forma como a nossa actividade docente pode influenciar a actividade clínica. A questão que orienta a nossa reflexão é sobre o que levamos nós para o espaço terapêutico por sermos docentes Universitários.

O exercício da actividade docente e de investigação numa universidade exige uma permanente pesquisa e actualização do conhecimento científico. No âmbito específico do conhecimento sobre os resultados de investigação na área da intervenção psicológica, o respeito por este dever da actividade docente poderá constituir uma fonte de enriquecimento e desenvolvimento de competências com um importante impacto na qualidade da prática clínica.

A actividade docente traz-nos ainda a experiência do contacto contínuo com jovens universitários, diversos nas suas experiências, atitudes e interesses. Este contacto poderá facilitar o desenvolvimento de uma sensibilidade que poderá contribuir para a compreensão de problemáticas apresentadas em contexto clínico, mas poderá, simultaneamente, ser uma fonte de ruído quando a área problemática a trabalhar em contexto clínico remete para a prática docente, esbatendo assim os limites dos nossos dois papéis.

Assim, quando o nosso cliente é aluno da nossa universidade, nos casos em que os problemas ou sintomas não se relacionam directamente com o facto de o cliente ser estudante universitário, é mais fácil manter as fronteiras entre as duas actividades. Podemos, mesmo assim, e especialmente nos casos mais graves, ser trespassados por pensamentos do tipo: Quantos alunos teremos com níveis tão elevados de desorganização ou sofrimento pessoal?. Ou ainda, como podemos esperar que alguns alunos possam aprender?

Se o facto de nos confrontarmos com as vivências subjectivas daqueles a quem estamos mais habituados a considerar apenas destinatários dos nossos saberes pode contribuir para uma maior atenção à pessoa do aluno, humanizando assim as relações de docência; quando na sessão são abordadas questões relacionadas com a vida académica, como problemas na relação com professores (que podem ser nossos colegas), ou quando dizem respeito a supostas injustiças na avaliação, ou mesmo põem em causa a competência ou comportamento ético de um professor, sentimos que de algum modo são tocadas as fronteiras desse nosso próprio self.

É por vezes difícil conviver com as questões que o cliente nos coloca, sobre as quais por vezes pede pareceres. É difícil carregar connosco, com neutralidade e sigilo, estas informações relativas a colegas, instituição ou sistema. É duro viver a ambiguidade gerada pelo questionamento (ainda que não dirigido a nós directamente) do papel de docente quando estamos no outro nosso papel, o papel do terapeuta.

Talvez muitas das questões que são alvo da nossa reflexão neste trabalho não tenham uma resposta, mas quando o desconforto ultrapassa um nível aceitável, quer no contexto da docência, quer no da prática terapêutica, é importante avaliar quais os factores que estão a contribuir para esse desconforto. Como regras gerais aconselhamos a ter muito cuidado com os princípios éticos que regulam a actividade de psicoterapia, uma vez que o conhecimento dos princípios éticos orientadores de cada uma destas práticas pode ser um recurso essencial para lidar com algumas situações limite. Salientamos especialmente o que diz respeito à confidencialidade, e a não aceitar clientes que tenham sido ou possam vir a ser alunos, bem como o assumir da responsabilidade por clarificar a natureza da relação profissional que enquadra o pedido do cliente (que também é aluno).

Consideramos ainda essencial a possibilidade de recorrer a colegas que nos possam fornecer supervisão que nos permita fazer leituras alternativas ou mesmo receber apoio psicológico.

QUESTÕES FINAIS: PONTOS DE PARTIDA

Terminamos reforçando a ideia de que as responsabilidades de formação na área de psicoterapia levanta problemas específicos que vão para além da formação teórica curricular ou específica, e que pode ser colmatada pela actividade paralela de docência e prática clínica. Mas sendo uma evidência que deverá fazer parte das competências do psicoterapeuta estar aberto à excepção, à contradição, e à idiosincrasia, por contraponto com a proposta da regularidade, previsão e comunalidade oferecida pelos manuais, não podemos deixar de ter consciência que a transmissão de informação a este nível pode ser bem perturbadora para aqueles que no papel de alunos estão ainda a ensaiar o seu futuro como psicólogos, enquanto como seres humanos procuraram ajuda.

A influência sobre a docência da prática de terapia num serviço de consulta para universitários tem, portanto, de ser visto por um amplo leque de possibilidades, em que as influências são mútuas e os efeitos muitas vezes imprevisíveis.

Se o serviço de apoio à comunidade Universitária não pode deixar de ser considerada um dos seus objectivos primordiais atendendo à percentagem elevada de estudantes e colaboradores da universidade que o solicitam, e da relação que existe entre mal estar psicológico e insucesso escolar, não podemos deixar de o olhar como um espaço de formação não só para aqueles que estão a ser formados no âmbito da licenciatura em psicologia, como para aqueles que, como nós, encontram na actividade clínica um dos meios mais relevantes para promover a sua própria formação, enriquecendo a sua experiência como docentes. Em suma, uma reflexão sobre estas duas práticas conduz-nos ao entendimento de que um Serviço de Consulta Psicológica quando institucionalmente enquadrado num Departamento de Psicologia com a sua própria Licenciatura, funciona como um ponto de encontro entre os clínicos, os docentes, os alunos e os utentes. O facto de em alguns casos a mesma pessoa desempenhar mais do que uma função, como é o nosso caso quando acumulamos o papel de psicólogo com o de docente; ou o dos alunos quando são simultaneamente clientes, contribui para o desenvolvimento de uma dinâmica que, embora profundamente enriquecedora, comporta risco sobre os quais vale a pena reflectir.

Em suma, ser docente e psicoterapeuta num contexto universitário, espaço privilegiado da construção e desenvolvimento de saberes, o *saber ensinar* não é independente do *saber fazer* e ambos são indissociáveis de um saber estar e de um *saber ser*.

REFERÊNCIAS

- Associação de Psicólogos Portugueses (APPORT) (1995). Princípios éticos.
- Mahoney, M. J. (1991). *Human change processes: The scientific foundations of psychotherapy*. N. Y.: Basic Books.
- Stoltenberg, C. (1981). Approaching supervision from the developmental perspective: The counselor complexity model. *Journal of Counseling Psychology*, 28, 59-65.

PSYCHOLOGICAL COUNSELLING IN UNIVERSITY CONTEXT: MEETING POINT BETWEEN CLINICAL PRACTICE AND TEACHING

Abstract — *The existence of Psychology Services in the university context has a recent history in Portugal. Nowadays, it is recognized by the headers of the University and Polytechnic Institutes, either public or private, that a large number of their students will find, during their academic life, personal or institutional challenges for which they are not prepared. This assumption was associated with a progressive increase of units of Counselling services for students (which are about 23), with varied institutional framings. This work reflects the authors' experience not only as therapists in a consultation service in the university context but also as university professors with responsibility in disciplines in psychological intervention. We accepted the challenge of doing this reflection believing that the encounter points can also be starting points, spaces from which we can observe ourselves, question ourselves, but also project alternatives.*